

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI
1.2 Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3 Departamentul	DEPARTAMENTUL DE JOCURI SPORTIVE
1.4 Domeniul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.5 Ciclul de studii	LICENȚĂ
1.6 Programul de studiu	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ (LA REȘIȚA)

### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	<b>ACTIVITĂȚI MOTRICE DE TIMP LIBER-BADMINTON</b>						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Dacica Liliana						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf. univ. dr. Dacica Liliana						
2.4 Anul de studiu	III	2.5 Semestrul	V	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	Op.

### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	Din care: 3.2 curs	1	3.3 lucrări practice	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	Din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					28
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					14
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					3
Examinări					3
Alte activități: .....					-
3.7 Total ore studiu individual	58				
3.8 Total ore pe semestru	100				
3.9 Numărul de credite	4				

### 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nu este cazul</li> </ul>
4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pregătire fizică corespunzătoare</li> </ul>

### 5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prezență 50%, punctualitate, comportament adecvat</li> </ul>
5.2 De desfășurare a lucrării practice	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prezență 80%, ținută adecvată</li> </ul>

## 6. Competențele specifice acumulate

<b>Competențe profesionale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului educație fizică și sport cu orientare interdisciplinară;</li> <li>• Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar;</li> <li>• Evaluarea dezvoltării fizice și a motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice Educației fizice și sportive;</li> <li>• Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă.</li> <li>• Evaluarea nivelului de pregătire a participanților la activitățile de educație fizică și sport.</li> </ul>
<b>Competențe transversale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională.</li> <li>• Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive.</li> </ul>

## 7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dobândirea cunoștințelor teoretice și practice privind învățarea și consolidarea principalelor elemente și procedee tehnice specifice jocului de badminton, precum și a principalelor noțiuni de regulament.</li> </ul>
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Însușirea și consolidarea conținutului tactic al procedeele tehnice;</li> <li>• Dezvoltarea capacității de a demonstra procedeele tehnice învățate;</li> <li>• Capacitatea de a executa corect procedeele tehnice învățate și de a utiliza corect terminologia de specialitate;</li> <li>• Capacitatea de a utiliza corect procedeele tehnice în acțiuni de joc combinate;</li> <li>• Transmiterea de cunoștințe de specialitate din domeniul educației fizice și sportului cu caracter formativ, aplicabile în școală;</li> <li>• Explicarea și demonstrarea succesiunilor de exerciții pentru însușirea loviturilor de bază specifice procesului de inițiere.</li> </ul>

## 8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Scurt istoric-elementele de conținut ale badmintonului.	prelegere - dezbatere	<b>1</b>
2. Noțiuni de regulament în jocului de badminton	prelegere - dezbatere	<b>1</b>
3. Tehnica jocului de badminton.	prelegere - dezbatere	<b>2</b>
4. Metodica învățării elementelor și procedeele tehnice: poziția de bază, deplasările specifice.	prelegere - dezbatere	<b>1</b>
5. Metodica învățării elementelor și procedeele tehnice: priza rachetei, serviciul și preluarea serviciului.	Prelegere - dezbatere	<b>1</b>
6. Metodica învățării elementelor și procedeele tehnice: lovitura din forhand și rever.	Prelegere - dezbatere	<b>2</b>
7. Metodica învățării elementelor și procedeele tehnice: loviturile înalte, medii, joase.	Prelegere - dezbatere	<b>1</b>

8. Tactica jocului de badminton. Tactica jocului de simplu.	Prelegere - dezbatere	2
9. Tactica jocului de dublu	Prelegere - dezbatere	2
10. Tactica jocului de dublu mixt	Prelegere - dezbatere	1

#### Bibliografie

- Dacica, L., (2023) Badminton, Note de curs, Reșița;
- Demeter-Erdei, Z., (1983), Badminton, Ed. Sport Turism, București;
- Grice T., (2008), Badminton: steps to success, Human Kinetics, IL;
- Marcu V., (1989) Badminton Mijloc al educației fizice, Ed. Sport-Turism, București;
- Pițu N., Stănescu R., (2016), Badminton disciplină sportivă completă, București;
- F.R.Badminton.- Regulamentul jocului de badminton.

8.2 Lucrări practice	Metode de predare	Observații
1. Cunoașterea colectivului de studenți. Prezentarea cerințelor, sarcinilor și obligațiilor și a normele de protecție a muncii pentru semestrul II. Învățarea prizei rachetei, poziției de bază, deplasărilor specifice.	Aplicații practice	4
2.Învățarea serviciul scurt; regulament– serviciul, ordinea serviciului. Serviciul lung.	Aplicații practice	4
3. Învățarea loviturilor înalte din forhand și din rever, direcționări simple (diagonală și linie).	Aplicații practice	4
4. Învățarea loviturilor medii din forhand și din rever direcționări simple (diagonală și linie).	Aplicații practice	4
5. Structuri de exerciții pentru învățarea loviturilor înalte și medii.	Aplicații practice	4
5.Tactica jocului desimplu, dublu și dublu mixt: (la serviciu și retur din serviciu; după serviciu și retur.	Aplicații practice	6
6. Verificare practico-metodică.	Aplicații practice	2

#### Bibliografie

- Dacica, L., (2023) Badminton, Note de curs, Reșița;
- Demeter-Erdei, Z., (1983), Badminton, Ed. Sport Turism, București;
- Grice T., (2008), Badminton: steps to success, Human Kinetics, IL;
- Marcu V., (1989) Badminton Mijloc al educației fizice, Ed. Sport-Turism, București;
- Pițu N., Stănescu R., (2016), Badminton disciplină sportivă completă, București;
- F.R.Badminton.- Regulamentul jocului de badminton.

### 9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

- Conținutul disciplinei este coroborat așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor (Inspectoratul Școlar Județean, cluburi sportive școlare, unități de învățământ) respectând cerințele programei școlare din învățământul preuniversitar.

### 10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor	Examen scris	50%

	specifice badmintonului; Cunoașterea și prezentarea principalelor noțiuni de regulament		
	Execuția corectă a elementelor și procedeeleor tehnice pentru proba practică; Punerea în practică în timpul jocului a elementelor și procedeeleor tehnice	Evaluare practică	50%
<b>10.6 Standard minim de performanță</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Accesul în examenul scris este condiționat de obținerea notei 5 (cinci) la verificarea practică;</li> <li>• Nota la evaluarea practică reprezintă 50% din nota finală</li> <li>• Pentru absolvirea acestei discipline este necesară obținerea unei note finale de minim 5(cinci);</li> </ul>			
Data completării:	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar	
18.06.2024	Conf. univ. dr. Dacica Liliana	Conf. univ. dr. Dacica Liliana	
Data avizării:	Responsabil program	Director departament	
	Conf. univ. dr. Andrade-Ionuț Bichescu	Conf. univ. dr. Alin Marius Baci	